



Ruokalista, Koulu Viikko 5

Maanantai Lounas **Jauhelihakastiketta L M A*, perunoita, kaali-rusinasalaattia**

26.1.2015 Kasvislounas **Tomaattista papukastiketta L G A**

Tiistai Lounas **Broilerikiusausta L G A, porkkanaraastetta**

27.01.2015 Kasvislounas **Metsäsieni-kasviskiusausta L G A**

Keskiviikko Lounas **Tomaatti-soijakastiketta L, luomutäysjyväpastaa, jäävuori-hernesalaattia**

28.01.2015 Kasvislounas

Torstai Lounas **Kalapuikkoja L M A, kermaviillikastiketta L G A, perunoita, kaalisalaattia**

29.01.2015 Kasvislounas **Bataatti-juurespihvejä L M G A**

Perjantai Lounas **Nakkikeittoa L M G A, leipää, juustoa, hedelmä**

30.01.2015 Kasvislounas **Soijanakkikeittoa L M A**



Ruokalista, Koulu Viikko 6

Maanantai Lounas **Kiinalaista broilerikastiketta L M G, ruis-riisiä L M, höyrytettyjä herneitä**
2.2.2015 Kasvislounas **Chili sin carnea L M G A**

Tiistai Lounas **Ohrasuurimopuuroa L A, mehukeittoa L M G, leipää, juustoa, hedelmä**
03.02.2015 Kasvislounas

Keskiviikko Lounas **Jauhelihapihvejä L M A, ruskeaa kastiketta L A, perunoita, kaalisalaattia**
04.02.2015 Kasvislounas **Juurespihvejä L M G**

Torstai Lounas **Kahden kalan keittoa L G A, ruisleipää, juustoa, hedelmä**
05.02.2015 Kasvislounas **Juressosekeittoa L G**

Perjantai Lounas **Kinkkukiusausta L G A, kiinankaali-kurkku-maissisalaattia**
06.02.2015 Kasvislounas **Kreikkalaista kasvis-juustokiusausta VL G A**



Ruokalista, Koulu Viikko 7

Maanantai Lounas **Porsasstroganoffia L M A, perunoita, kaali-kesäkurpitsa-kurkkusalaattia**
9.2.2015 Kasvislounas **Soija-kasvisbolognesea L M G A**

Tiistai Lounas **Lohilaatikkoa VL G A, jäävuori-kiinankaali-persikkasalaattia**
10.02.2015 Kasvislounas **Punajuuri-sinihomejuustokiusausta L G A**

Keskiviikko Lounas **Juressosekeittoa L G A, leipää, juustoa, hedelmä**
11.02.2015 Kasvislounas

Torstai Lounas **Uunimakkaraa L M G, perunasosetta, ketsuppia, sinappia, lämmin kasvis**
12.02.2015 Kasvislounas **Juurespihvejä L M G**

Perjantai Lounas **Liha-makaronilaatikkoa L A, ketsuppia L M G, kiinankaali-hernesalaattia**
13.02.2015 Kasvislounas **Soija-makaronilaatikkoa L A**



Ruokalista, Koulu Viikko 9

Maanantai Lounas **Jauheliuhakeittoa L M G A, leipää, juustoa, hedelmä**

23.2.2015 Kasvislounas **Soija-kasviskeittoa L M G A**

Tiistai Lounas **Lohi-pennevuokaa L A, jäävuori-tomaatti-kurkkusalaattia**

24.02.2015 Kasvislounas **Kasvis-pennelaatikka L A**

Keskiviikko Lounas **Broileripyöryköitä L M, currykastiketta L, kolmen viljan lisäkettä, salaattia**

25.02.2015 Kasvislounas **Kasvispihvejä L M A**

Torstai Lounas **Riisipuuroa L G A, mehukeittoa L M G, ruisleipää, juustoa, hedelmä**

26.02.2015 Kasvislounas

Perjantai Lounas **Manteliseitiä L G A, perunoita, kaali-kurkku-persikkasalaattia**

27.02.2015 Kasvislounas **Jogurttista linssi-kasvismuhennosta L G A**



Ruokalista, Koulu Viikko 10

Maanantai Lounas **Makkarakastiketta L M G, perunoita, jäävuori-kurkku-kesäkurpitsasalaattia**
2.3.2015 Kasvislounas **Chili con vege L M G A**

Tiistai Lounas **Lohimurekepihvejä, tartarakastiketta, perunoita, punajuuri-ananassalaattia**
03.03.2015 Kasvislounas **Porkkanapyöryköitä L M G A**

Keskiviikko Lounas **Quorn-makaronilaatikkoa L A, ketsuppia, kiinankaali-persikkasalaattia**
04.03.2015 Kasvislounas

Torstai Lounas **Broilerikeittoa L G A, ruisleipää, juustoa, hedelmä**
05.03.2015 Kasvislounas **Linssi-kasviskeittoa L M G**

Perjantai Lounas **Lihapyöryköitä L M A, ruskeaa kastiketta L A, perunasosetta L G, salaattia**
06.03.2015 Kasvislounas **Kasviskroketteja L M G A**